

# 沈阳体育学院硕士研究生复试 (武术套路) 项目技能测试方法和评分标准

## 一、测试内容

### (一) 武术套路测试内容

- 腿法技术(任选一种腿法),以百分记,占20%。
- 跳跃动作(任选一种跳跃),以百分记,占20%。
- 武术套路(任选一项拳术或器械),以百分记,占60%。(见表1)

表1 项目技能测试内容

序号	测试项目	分值(分)	占总成绩比例(%)	备注
1	腿法	100	20	任选一种腿法
2	跳跃	100	20	任选一种跳跃
3	拳术(或器械)	100	60	任选一项拳术或器械

总成绩计算方法:

总成绩=腿法成绩×20%+跳跃成绩×20%+套路成绩×60%

## 二、测试方法

### (一) 腿法

#### 1. 测试方法

技术评定。腿法技术可以从直摆、屈伸、击拍三种腿法中任选一种。

线上技术测试:需提交腿法技术的视频,分别从正面和侧面拍摄,腿法两个方位各4次,左右各2次。考生正面面向镜头开始动作,所有动作必须全程、完整地出现在镜头之内。视频时长30秒以内。

#### 2. 评分标准(见表1)

表1 腿法评分标准

评分等级	技术动作说明(考核标准)	分值
优秀	(1) 姿势正确 (2) 劲力顺达 (3) 力点准确 (4) 精神贯注	86-100分
良好	(1) 姿势较为正确 (2) 劲力较为顺达 (3) 力点较为准确 (4) 精神较为贯注	71-85分
合格	(1) 姿势正确性一般 (2) 劲力顺达性一般 (3) 力点准确性一般 (4) 精神贯注性一般	60-70分
不合格	(1) 姿势不够正确 (2) 劲力不够顺达 (3) 力点不够准确 (4) 精神不够贯注	60分以下

### (二) 跳跃

#### 1. 测试方法

技术评定。跳跃动作可以从腾空飞脚、旋风脚、摆莲腿、旋子、侧空翻中任选一种。

线上技术测试:需提交跳跃动作技术的视频。视频分侧面和正面拍摄,每个方位完成2次。考生正面面向镜头开始动作,所有动作必须全程、完整地出现在镜头之内。视频时长1分钟以内。

#### 2. 评分标准(见表2)

表 2 跳跃动作评分标准

评分等级	技术动作说明（考核标准）	分值
优秀	(1) 姿势正确 (2) 腾空高飘 (3) 劲力顺达 (4) 完整连贯	86-100分
良好	(1) 姿势较为正确 (2) 有腾空动作 (3) 劲力较为顺达 (4) 较为完整连贯	71-85分
合格	(1) 姿势基本正确 (2) 基本能腾空 (3) 劲力基本顺达 (4) 基本完整连贯	60-70分
不合格	(1) 姿势不够正确 (2) 无腾空动作 (3) 劲力不够顺达 (4) 不够完整连贯	60分以下

### （三）套路

#### 1. 测试方法

技术评定。

线上技术测试：需提交完整套路动作技术的视频，视频正面拍摄。演练时间：长拳、南拳、其它拳术（或器械）1分至1分30秒；太极拳、太极器械2分以内。考生正面面向镜头开始动作，所有动作必须全程、完整地出现在镜头之内。

#### 2. 评分标准（见表3）

表 3 武术套路评分标准

评分等级	技术动作说明（考核标准）	分值
优秀	(1) 动作规范，方法正确，风格突出 (2) 劲力顺达，力点准确，动作协调 (3) 节奏恰当，精神贯注，技术熟练 (4) 结构严密，编排合理，内容充实	86-100分
良好	(1) 动作较为规范，方法较为正确，风格较为突出 (2) 劲力较为顺达，力点较为准确，动作较为协调 (3) 节奏较为恰当，精神较为贯注，技术较为熟练 (4) 结构较为严密，编排较为合理，内容较为充实	71-85分
合格	(1) 动作规范一般，方法一般，风格表现一般 (2) 劲力一般，力点准确一般，动作协调一般 (3) 节奏一般，精神贯注一般，技术熟练程度一般 (4) 结构一般，编排一般，内容充实性一般	60-70分
不合格	(1) 动作不够规范，方法不够正确，风格不够突出 (2) 劲力不够顺达，力点不够准确，动作不够协调 (3) 节奏不够恰当，精神不够贯注，技术不够熟练 (4) 结构不够严密，编排不够合理，内容不够充实	60分以下

注：线上的测试，武术套路3项测试内容视频总时长在3分30秒以内。